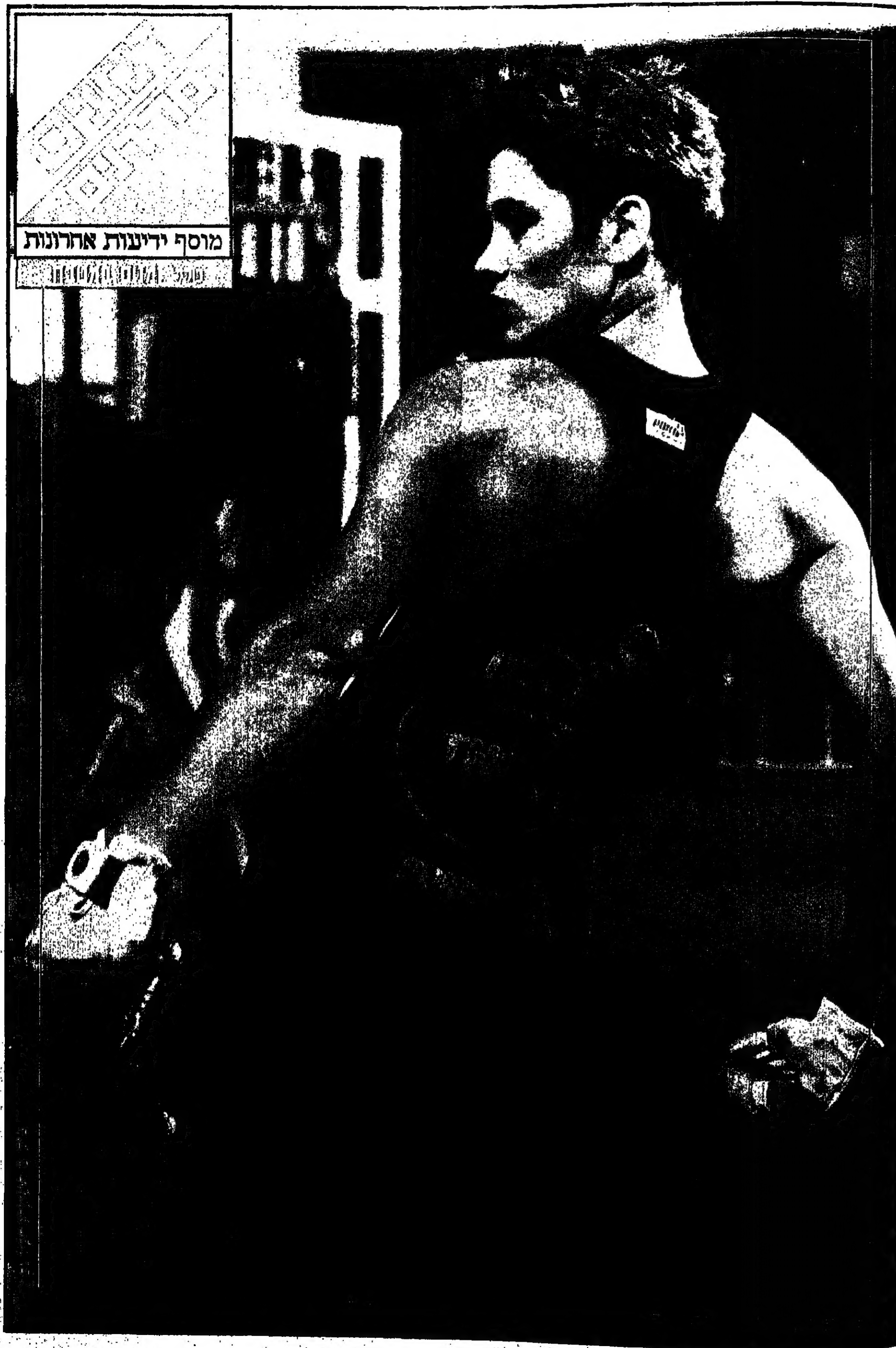


מוסף ידיעות אחרונות



مركزنا في الأصل



4... אגורות בבקר 4 אגורות בלילה...

ויש לך שיניים בריאות יותר!



ומחיים בכל העולם, מכירים בעובדה כי נוסחת הפלואוריד המתקדמת של קולגייט, עושה יותר למניעת חורים בשיניים ובאותה עת נותנת הגנה מכסימלית בפני עששת.

הצטרפו למליוני המשפחות ברזבי העולם, אשר הפכו את קולגייט, למשחת השיניים הנמכרת ביותר!

תמורת 4 אגורות בלבד לצחצוח, במשחת השיניים קולגייט, בבקר וגם בלילה, יש לך סיכוי מצויין, לשמור על שיניים בריאות וחזקות.

עשרות שנים של מחקר ופיתוח במעבדות קולגייט, מרגשות למשפחות וילד, בשפופרת משחת השיניים קולגייט, המכילה שני פלואורידים מינרליים, אשר מכסים את השיניים בשכבת מגן, ומחזקים אותן בפני עששת וחורים, ומעניקים לך נשימה רעננה וחיך בריא.



קולגייט מס. בעולם

COLGATE-PALMOLIVE

אשר פוסטאמן

לחזור הביתה בשלום

נזעמי גל

הספר הזה לא נדפס מרוב
לגיטימיות. והוא ארוך שבו מפורטים
אין לא לנסות ולא להתייחס, אך
להשתמש בצנזורה מאכל כדי לא
למות ברעב, אך להגיש עזרה
האשונה בכל מצב, אין לא לקבל
הדעלה מצמיחים, אין לאתר
מיישנות במידה ביקורת, אין
להישאר בתנאים קשים, אין
לשמוע על תוכן חרישימי הזה,
החיים, במצבים שבחיי יומיום
נראים לנו בלתיאפשריים.
ארבע שנים ישב רפי בצבא,
ליקט, ריכז וניסח שיטות רבות,
שמטות כולן - הישרדות. הוא
נמנה למומחים בחתמים שונים,
וביקש מהם לתרום עצות לספר.
הוצאה: 358 עמודים, כריכה

אתה יוצא לטיול במידבר, ולפתע נגמדים לך המים • מולך מופיע נחש
אדום • מדוב בזהל אתה נקע רגל • מה עושים? - בסיפור של רפי נצור,
"יש מוצאי", לומדים הכל על הישרדות • מומלץ לעיין בחומר לפני
המפגש עם הנחש • אתה מול הסכנות, על פני 358 עמודים

קשה, על כל מה שרצית לשאול
ולא היה לך את מי (בעיקר בלב ים
או במידבר) בנושא הישרדות. שם
הספר "יש מוצאי" עם
סימון קריאה.
רפי נצור שהיה בחי נפאל, ושם
לפני זמן קצר מטיל בריטאניה
עם בנו בן 14. הם העפילו אל
סמנת שראשית בשמים, נשמו
אוויר חיים צלול ממש, ומן הסתם
השתמש בצבא בביטחון הרבים
כאקולוג וכאיש שדה.

הפולקלוריסטי נאיד לבשל מרק או
לתבל את הבשר והחלה, ויותר במה
שבנאדם צריך לעשות כדי לשרוד
במצב שאין לו מים ולא חשב לו
התכלית.
רפי "אני מניין במינוחן
הדיכונים של הישרדות, מתברר,
לדוגמה, שהדיכונים הנפשיים הם
הרלוונטים ביותר. שיקלים
פנימיים האשמות עצמיות נרמזים
למערות סערות, שיש להן אפקט
מצטבר. הישרדות היא יותר עניין
שני, יש גורמים המודדים את

של קונספציה של אי מאמץ,
אם מישור אחד היה כותב ספר
כזה, אומר רפי, אולי היה כותב
אותו אחרת. הספר שלי, הוא אומר,
משקף את האני מאמץ שלי. זה
אני סבור שצריך לעשות אדם
שהולך לאיבוד בטויל, וגם שיצא
לטייל החוצה יד עליו, חיל
שתאמרו ונחזר לבד בשטח זה לא
ספר שמיועד לחיילים בלבד,
ילדים חולכים לאיבוד, גם
בחורשיבות. אנשים שלא
מתכוונים להשתקף, אך
מתכוונים, כי עשו שיקל לא נכון,
נכון שהאני קטנה ומדומה,
אומר רפי נצור. יש כבישים
וישובים, חרב האנשים מולצים
את עצמם ואיש לא שומע על כך.
האני די תמימה מבחינה זו. מצד
שני, יש גורמים המודדים את

הבעיה חלק גדול מהאני הוא
מדובר עם משאבים מוגבלים
האפשר להתייחס מזה. יש אחרים
מבחינים רבים, כמו, למשל
המקומ של מידבר יהודה והנגב.
אפשר ליפול. אי אפשר ללכת
לימוד בארץ במשך 30 יום, אך
רבים נקלעים למצוקה.
יש מוצאי" הוא ספר עכביש.
מישור קבילוגר. זה לא ביקור
הספר, שמטייל יקח עימו לעת
צרה. קשה שלא לחשוב על הגוסס
במידבר שמתחבטו האחרונה היא
לעזאזל, למה לא לקחת את
הספר. נצור התבלט בעניין.
הורנו טאט להציגו כמו
ספר פילוח קטן בכיס.

תנועה בחושך

בשטח מפתח ובלתי מוכן, תנועה
משך היא את המעירות ולשנות
לחור האמנות למפליים שאמנות
את דרכם. במידבר יתורה, למשל
הא גורם ראשון במעלה להאמנות
במקרה של אובדן דרך בשטח לא
מוכר. יש להתייחס אל המידבר
לשאת חשבון לתוצאות. יש חתומים
ליום בשטח. אדם חשוי שיש
לעשות. במסגרת חתומים
לפגוע קטנים פתוח. מידבר
ולאחר חתומים. יש ממש
משך לאור חתומים וכן למעלה
אל חתומים לשטח בעיניהם
החיים.
האני מידבר חתומים חתומים
החיים מידבר חתומים חתומים
החיים מידבר חתומים חתומים

לאמריקנים יש ספר הישרדות כזה,
הנכנס לכיס הסריבל של הטייסים
וכו צעות לכל מצב צניחה באזור
סרטי או כשטב, מילות בים
ומילות אסומי ויש גם תמילות
אשכבה ליותר, נוצרים
ומסלמים, לכל מקרה. הספר
שטייט במצב חרום יישב ויקרא
בר.
רפי ויתר על סרטיים, והלך
על ספר שיכשיר אנשים להכיר

במציאותיותם. כך יכינו עצמם
כאומן לא מודע ליטואציות
הישרדות, אם לדוגמה קרא יידע
שחוא מאבר כך וכך מים עם כל
פעילות, יהיה לו כור שלא כדאי
ללדך. חשב לדעת שבמצב של
שר, הכי חשוב זה לא לנת לעצמך
לקפוא, או לדעת להכריז בין נחש
אויס ללא אויס. נצור, איך נגבד
את הסכנה להישרד, אם לא
עלידי ידע בטייט ברוטי
התנגות אלמנטריים

רפי נצור עצמו התנסה
בהישרדות יותר מפעם אחת. פעם
נחשף למצוקה גדולה של חורס
מים בטויל בטייט ונוקט למה שדוא
מבנה, חנושית קיום, במסדה אור
יזא לראשונה לנפאל ונתקע
בסופת שלגים. הוא גייס קור רוח
וטיבולות, שני מרכיבים מוחלטים,
והחלי. העטבה שלא קרה לי
כלום עד כה, חורף שחיתתי
המפושכה בשדה, היא סימן מובהק
לכך שצריך לדעת כיצד להישרד.

סיכני בריאות

עירי הסכנה כאקלים חם הוא
פוזר במאון החום, או מאון הבים
בנוף, המבנים בתיפקודו ועלולים
לגרם מות תוך שעות.
• אין לשתייה הספעה על
מידת ההתקנה, כל עוד לא איבד
בגללה האדם 5-7 אחוזים ממיסת
גופו. שתייה רבה אינה מבטחת את
ההתקנה. באותה מידה לא ישות
חומריית ממות המים
המופשים בחתה.
• אדם קוטי לתיק, גם לאתר
שאובי אורז ניכר מפסקל גופו
בהתקנה, מאן, שכל עוד אדם מוע
משך המים בגופו מאון.
• בחילה, חולשה, כאבי ראש,
מישיתות ורעם ורעם או
סימנים מובהקים להתייבשות. אל
חולל בהם
• התייבשות קטנה במוצאות
האדם ובבליחות. מוטב להימנע
מקבלת החלטות במצב כזה.

• אם אתה יודע מראש שסכנת
לך עוברת מאמנת או שהיית
באזור חם, טוב תעשה אם תעבור
תחילה להתגלות אישית של
שכיעותי שעות, עד שהפעל
כמולא חורף.
• מתוך היריד הישרדות באזור
מידבר, מאת רפי נצור, ויום
אפשריין וראוי ששורא

לרזות וגם לזכות

בין המשתתפים שיגיעו עד השבוע השביעי
יוגורל 36 שוברים עייס 200 שייח לרכישת
ביגוד אופנתי ברשת בתי הכל-בו של
המשביר לצרכן. הצטרפי עוד היום
לישומרי משקל, בטוח תרזי ואולי גם
תזכי
תקנו המבצע בסניפי יישומרי משקל



שומרי משקל לשירותך בכל הארץ. למרטיים:
בת"א, רח' ארלוזורוב 23 טל. 03-222131, 03-222607, בחיפה, טל. 04-836190, בירושלים, טל. 02-858298.

יישומרי משקליי עכשיו באופנה



היום, כשאת מחליפה את המלתחה מחורף לקיץ,
את עומדת מול המראה נבוכה ושוב עולה השאלה:
באיזו דרך להפטר מהקילוגרמים העודפים,
אבל הפעם... לתמיד.
"שומרי משקל" זו התשובה היחידה והבטוחה.
"שומרי משקל" מס' 1 בארץ ובעולם
תכנית ההרזיה הידועה של "שומרי משקל" שבח ומוכיחה
את עצמה כבר עשרות שנים בארה"ב, בעולם כולו וגם
בישראל, ומדוע?
בזכות התכנית היחודית
ביישומרי משקל" מקנים לך הרגלי תזונה נכונים, נותנים
לך תמיכה קבוצתית, מדריכים אותך כיצד להגיע למשקל
הנכון בדרך בריאה ומאוזנת, והעיקר - מלמדים אותך
כיצד לשמור על מראה נאה, רזה ואופנתי.
לגזרה חדשה - מגיעה מלתחה חדשה
אחרי השבוע השביעי, תכנסי אוטומטית להגרלה, ותוכלי
לזכות בשובר לקניית מלתחה אופנתית שתהלים את
גורתך החדשה.

מקור: אל

27.4.1988 - יאיר, תשמ"ח

مَكْنَزُ الْأَصْلِ



סמודי'

■ נורית בתי-ערך תצלומים: רמי נבון

הגרופי צילמה רצתה לשאול את מיני ברקוביץ, אם מיכל את האמנר-שייב שלהלן לו. אחריכ הוא טילפנה שוב. הוא פשוט היה חייב לאמר לו, כמה שהוא מגניב. והיה עוד איזה טור קטן שהיא חשבה שהיא תמות אם היא לא תלחש לו אותו בשלשון.

מיני משתדל להיות נחמד לשוטטים שלו. אבל כך תהיה עסק, כשאחיה נאלי להמנע מהרמית השפופרת כשהלפון מצלצל במשרד. איכשהו, זה בכל זאת מצליח לו. למרות ההסדרות והעלפניות, למרות אימוני הברוסל הימיומיים, כולל שבת, על אף 36 היממה השנונית לחיל, למי שמקום בינלאומיים. מיני לא אוהב לנקוט במספרים,

הכל מתנהל מהמטה הראשי, המעוצב היטב, שבשרות חשמונאים בתל-אביב. גם בחנויות הספורט שבתל-אביב וברחת השרון המועילות זה חמש ושלוש שנים, משוק מיני רגמים שהמקו עבדו. אבל מעט, וללא לוגו וללא סמל. ההלכה להקים לפני כשמונה חודשים את "פוינט 9" אובר מיני, אינה מועיל יוצא של הביקורת שנמתחה בשעתה על ביצועי מישוק הברוסל שלו. תמיר רציתי עסק יותר גדול ורחב, רק לא היה לי שותף מחזאים.

את "פוינט 9" הקים עם שותף מאתם מאיר. קשה למצוא מתאים ממנו. אחרי קנסים, ממשפות בעלי בנק דיסקונט, הבגרים מוצרים עזרים בלילה. העיצוב הוא פרי עבודה משותפת עם המעצבת מיני שפירא. זו היתה שלי. אוהב

9 זה פירמה

מי שהספיד את מיני ברקוביץ כנדהסלן, מקבל אותו בגדול כאיש עסקים. • "פוינט 9", חבורת האופנה והספורט שלו, צוברת נקודות • ארבע חנויות, שלווחות ב-200 טיפוס, גידול פי 25 במכירות • יש כבר להיטיים. חולצת "טי" ידוקת עם רקדניות, גופייה שחורה, מכנסי ברמודה וחולצת פולו • השבוע בתערוכת ספורט ומחנאות 88

לחזקתם בזה. בשלב זה המיכני רי מצאנצם תריסר רגמים, שכל אחד מהם מופק בחיבורי הספורט אבי להיטים כבר יש. חולצת הטי" חריקה הפריקה, עם הדפוס הרקדניות והרקדניות החורדות עם הגופייה השחורה והסקסית, עם הדפוס המגנט של רי ידוק. מכנסי הברמודה הלבנה חשלו והלאקט עם כפתורי הטי" המסגנונים היחודיים. מיני הולך על איכות את ארבעה מסגנוני העיצוב אינן בגולה. ער שאנו מורס את כפתורי

אכל מיני בגלגול, שמאו הקים לפני כשמונה חודשים את "פוינט 9", חבורת האופנה ואביזרי הספורט שלו - גרל וויקי מכירותיו מי 25, בחורף האחרון מכר פי חמישה מאשר לקיץ הקודם. הוא פי חמישה מאשר בחורף, באותו פרק זמן ותרחובת רשת ותערוכות ותושאות את שמו משתתפים לארבע (בתל-אביב, רמת השרון, גבעתיים ובאר-שבע). למערכת השיווק הכלל ארצית, שלו יש שלוחות ב-150 חנויות מספר.



להניע אליו ולספק לו את הנדרי המודי שיתויד אליו את הכרטי. הילד אכן התאושש, ומיני ממשיך לשמור על קשר.

בתמונת השער:
מונח אוסף "פוינט 9" - גומייה סקסית שחורה, עם הדפוס ממנפח של רי בירוק ורחי. (צילום: רמי נבון)



מיני ברקוביץ בטמיות "פוינט 9" ומכשונים שחורים, גם חתומות רחבת וועד בחולצות וקדניות איכותיות ורודות.

חולצת כותנה עם הדפוס ממנפח ממשט ומכשונים חתומות.

במכל תל-אביב, ברוסל זה נקדחת - או פוינט, חמש חודשים נגד למעורר ביאות שלו, הכולל מכון מוסר הוצארי, במכשירים הכי טובים בעולם, ויש בו כוחות מחול אירובי, סמנות יקשות ורסובות, סמנים ומינות, המעורר שוכן על גבעת ריוק, על-שפת בימת השחיה של המרכז הקהילתי לספורט, תרבות ונושק, בהדגלה בע"מ, חברה בז של עדידה ואצילה. פתח לאחור, משקיף על נוף ירוק, ראית בצעקת, מוכי לי מיני, המעורר פתח את שנתו השלישית, יש מניות לויכוח למשפחה נוסטים, הצעת לייצא בגדי ספורט למסר, בלנית, אסלית, מלונות אשר בה הולך שנו של ברקוביץ לעביר, אך אחרת לא בנייה לזה עייר.

כשהוא לא באימנים, במשחק או בעבודה - מיני אוהב להיות עם המשפחה. להזמין בלונות מרס, רבר שני לא בעבודה ולא בבית, שם אף על חק של



כפתורי גומי שסגנונים, לולאות ובעונות, וניסור הכיסות סמוי למכנס.

המכשירים, או פשוט את החולצה. מרס צבעוני מעט את פנים הצווארון ואת צידה הצמח של רכיסת המכשירים. הבדים, חלקם מיובא, חלקם מתוצרת מקומית. היצר של מיני: להיות חברה בגדי ספורט והלכשה גברית מובילה, עם 50 תבניות ויכיון. געלי הספורט שלו מיוצרות באירופה ובמפעלים מובילים במזרח הרחוק, "שמייצרים גם לרייבוק". התיקים מופקים ב-המצוי. הגרביים בגיבור. ויש גם מישקי שמש, חגורות, כריות, בקבוק ירו גם תיקי בית ספר לילדים, בעתיד גם ניגס ואמנר-שייב.

לשלב זה החיצע בחנויות מורכב מ-75 אחוז מוצרי "פוינט 9". געלי איריס, ניין וחברות ספורט מובילות. בקרב יצרני אליות גם הליטה התור, געלי ספורט, ברוקס, שמיני רכש והיכיון לשימוש בארץ. לקראת אוגוסט ייצא חברה געלי ספורט פופולרית נוספת. מחירי הרגמים 22 שקל למחיה, כ-27 שקל לטי, 39 שקל לחולצת פולו, 59 למכנס. בחתנה אירובי 99 שקל לגעלי ותעמלות אירוביים, סער, טי-ליריבוק.

את גיחות הספורט שלו לחיל מנגל ברקוביץ כדי להתעריב וללמוד את קודי האופנה. הוא מרבה לבקר בתערוכות ספורט. צבעי רגמים מתחלפים לטי החתומות באירופה. לעונת זאת את מלונות הברוסל הוא אוהב באפור, שחור וגווני חום. הוא רלוט על טיגון ספורט-אלגנט, מכשירים אלגנטיים עם חולצת פולו, או כותונת קלס בלייזר אסלית מעורר.

מיני פואנצם, מייצב ברעור, לרדז אי רי רק על המנשה. גם בקב של מרדז למגרש הוא יגיע למחור מכירות שנתו של מיליני דולרים.

השבוע הוא מתוחרף עם "פוינט 9" מתעורבת סקסית ומתנאות 88 המוקדשות בשיתוף עם רשות המסחר במלון פאלאס בתל-אביב. תלון תראה המרכזי של העיר, למה "פוינט 9", כי אני גומייה 9

הקדמת האל

שניים סינים

זה טוב זה
אסם

חדש

שניים סינים והטעם נמלא...
שני חומרים המעניקים בסגנון סיני
ספיריט עמוק אסם.

רוטב חמוץ מתוק בסגנון סיני - רענן
דיוק, הריח במטבח הביתי
מצויץ לטיבול ולקישוט חטיפים
מטעמים ופיקנלים סיניים מין אינוליס
והרעיון עוף מסיני.

רוטב סויה בסגנון סיני - חבלן פיקנט
הפיקנט והמרים את טעמו הטוב של
המאכל. משה משה אהוד יתמלא
ממים סיניים ופיקנלים בסגנון
סיני שמעלה את המאכל המעולה.

עקדת אררטו

צילום: יחיעם גל

הם מתגוררים בשכירות
במסגרת הנדסית בירושלים.
גיהאד ופרח נסאד. מנישת רצף
ותיקה ופרח חישות נבדל. ערבייה
מסלמית ודרוזי ישראלי. 17 שנים
במלוויה נעריה. לידה, רגמו
(12) ורגמו (12). לומדים בבית הספר
האנגליקני בירושלים. מרביתם
עובדים עם יהודים, עברית עם
הילדים בשכונה. אנגלית
בבית הספר. ליד הפעמון, טונו
לילת הכניסה לידהם, כתוב שנים
באנגלית.

אנחנו נפגשים בירידה. בית
אין שן בלב שכונה יהודית.
גיהאד, מוליפה שחרה אופנתית,
מוטלת על בעלי עיניו לחדר
השנה. היא מעירה את פרחו,
שחמט תנועת צעירים קלה. מכנה
קפה טורק. מכנה עגינה
מחוקק. ליד לילת הכניסה כתוב
באנגלית: "ברכו בית זה".

שנים רבות טרבו גיהאד ופרח
להראות. התקשו לא הרפתה.
הם טונו טוב ודרוזי ומסלמית,
ישראלי וערבייה. המכונה הערבית
הקאה אחת. המכונה היהודית לא
תמיד פירגנה להם. הם נאבקו
למבצעים, הורחקו מקדושי
התקשורת. סלרו מהיטות בחייהם
הפרטים.

גיהאד ופרח נסאד הכירו
במלוויה ב-1971. מכירה
מוחללה וכתוב מר. מסלמית
מועדי העתקה ודרוזי מעסיקיה.
המשפחות משני הצדדים לא אהבו
את הזמן הזה. אחרי שנתיים
החליטו להתחתן.

גיהאד, המשפחה שלי התנגדה
למלוויה. בקשה שאחשוב על
התקשורת. שזה רצף ישראלי.
הוא לא שם לב לזה. הוא
היה לידהם. הוא לא היה
לזה. הוא לא היה לזה.
הוא לא היה לזה. הוא לא היה
לזה. הוא לא היה לזה.



גיהאד ופרח נסאד, המשפחות משני הצדדים לא אהבו את חיתונם זהה.

הישראליים

במציאות המגוממת
הם נראים כזוג
בלתי אפשרי -
גיהאד ופרח
נסאד, ערבייה
מסלמית
מוחללה ודרוזי
מעסיקיה.

גיהאד ופרח נסאד, ערבייה
מסלמית ודרוזי מעסיקיה.
הם נראים כזוג בלתי אפשרי.
גיהאד ופרח נסאד, ערבייה
מסלמית ודרוזי מעסיקיה.

קורס "מטמורפוז"

"למדתי לנצל את נתוני הטבעיים בדרך המוצלחת ביותר"

קורס מטמורפוז מטיב אתי המקצועי יסודות מסביבתך, יעצור, יעצור
ותאמוך לך יסודות בעצות כלליות. הם גם יראו לך ברוח מה זאין
לעשות. תקבלי תשובות לכל השאלות. תלמדי לנצל את כל נתוניך
הטבעיים, בדרך המוצלחת ביותר. כך עושים בעולם. כך עושים גם
במקצועיך. ישראל.

6 ממשותפים של שלושה שעות, בחדר מטיב המומחה במשרד
אופרטיב ויטמוך לך יסודות בעצות כלליות. הם גם יראו לך ברוח מה זאין
לעשות. תקבלי תשובות לכל השאלות. תלמדי לנצל את כל נתוניך
הטבעיים, בדרך המוצלחת ביותר. כך עושים בעולם. כך עושים גם
במקצועיך. ישראל.

פדנת "מטמורפוז" אישית - הדרכת מקצועית פרטית
זה את המדע של המדע. זה המדע של המדע. זה המדע של המדע. זה המדע של המדע.

חיה:
מנחת "מטמורפוז", מיליונרית נא
מנחת חיה 30 יולי 04-669462

מולדה סנטר
מנחת חיה 30 יולי 04-669462

חיה:
מנחת "מטמורפוז", מיליונרית נא
מנחת חיה 30 יולי 04-669462

ופרח נסאד לא אהבו את חיתונם זהה.
הוא לא אהב את חיתונם זהה.
הוא לא אהב את חיתונם זהה.
הוא לא אהב את חיתונם זהה.

הוא לא אהב את חיתונם זהה.
הוא לא אהב את חיתונם זהה.
הוא לא אהב את חיתונם זהה.
הוא לא אהב את חיתונם זהה.

מקדושי אסם

